



IDEE

E SE TORNASSIMO ALLA CARTA?

di Cristina Sarto

Leggere è una meravigliosa invenzione del cervello. Ma da quando il digitale ha invaso le nostre giornate questa capacità è in pericolo. Come ci racconta qui una ricercatrice che si batte per la salvaguardia dei libri

Nati per leggere? Assolutamente no, nemmeno quelli di noi che divorano un libro in due giorni. «Sembra assurdo, ma non abbiamo neanche un gene che ci predisponga alla lettura» dice Maryanne Wolf, neuroscienziata della University of California di Los Angeles, dove dirige il Center for dyslexia, diverse learners and social justice. «Leggere è un'invenzione del nostro cervello, che costruisce un nuovo percorso di neuroni per permetterci di attribuire un significato alla parola scritta. Così facendo, si spinge oltre se stesso e le sue funzioni originarie, attraverso un processo che ha del miracoloso. Anche per questo, va custodito».

Perché? Rischiamo forse di perderlo?

«È in pericolo la lettura profonda: quell'attività meditativa in cui ci prendiamo il tempo per dialogare con l'autore, riflettere, uscire da noi stessi per entrare nei personaggi e sperimentare nuove situazioni. Immergerci così in un testo ci spinge a coltivare il senso critico, la riflessione e l'empatia».

NEWS

Da dove arriva la minaccia?

«Occorre fare un passo indietro. Per creare il percorso della lettura, il cervello sfrutta alcune aree già esistenti, come quelle della vista e del linguaggio. Da piccoli questo meccanismo cerebrale è ancora primitivo. Ma se ci esercitiamo, migliora e ci consente di accedere a contenuti sempre più impegnativi. A una condizione però».

Quale?

«Mentre leggiamo è fondamentale l'attenzione. Immaginiamola come un riflettore che con un fascio di luce orienta miliardi di neuroni verso le tante funzioni necessarie a dare un senso a ogni parola. In poco più di 400 millisecondi, il cervello raccoglie le informazioni visive; riconosce e aggrega le lettere; le collega a un suono e gli assegna un significato che, istantaneamente, scatena emozioni e ricordi nelle aree deputate all'affettività. Tutto ciò mentre la memoria a breve termine, altra componente fondamentale, conserva ogni dato».

Se il riflettore è spento, siamo perduti.

«Esatto. Anche perché questo processo diventa ancora più elaborato nel momento in cui leggiamo una frase, una poesia o un saggio letterario. È qui che scatta il cortocircuito».

In che cosa consiste esattamente?

«L'ambiente digitale ci bombarda di stimoli che ci distraggono di continuo, frazionando l'attenzione. Il risultato è quello che viviamo tutti noi quando siamo di fronte a un tablet o allo smartphone: saltelliamo da un compito all'altro, senza mai concentrarci su uno solo di essi. In queste condizioni, è difficilissimo leggere in modo profondo».

E se apriamo una sola schermata con il testo che ci interessa?

«Il problema resta lo schermo, che possiede un aspetto transitorio: ci appare cioè come qualcosa in continuo movimento, che ci spinge in avanti e ci mette fretta. Infatti gli esperti parlano di "skimming" o lettura superficiale».

Come funziona?

«Gli occhi si muovono a zig-zag, spesso tracciando una F, per individuare rapidamente termini capaci di farci intuire l'argomento. Poi saltiamo alle conclusioni. Non a caso, siamo lettori sempre più pigri: ai testi complessi preferiamo quelli poco impegnativi, che non ci facciano perdere tempo. E questo vale soprattutto per i giovani».

Un libro invece?

«Fa l'esatto opposto. Ci porta a rallentare e a col-



IL SAGGIO

Maryanne Wolf ha dedicato la sua attività di neuroscienziata all'analisi dei meccanismi della lettura. Il suo ultimo libro, *Lettore, vieni a casa. Il cervello che legge in un mondo digitale* (Vita e Pensiero) è scritto sotto forma di lettere. L'autrice si rivolge al lettore come a un amico, e gli trasmette le spiegazioni scientifiche con semplicità.



DAVANTI A UNO SCHERMO GLI OCCHI SI MUOVONO A ZIG-ZAG PER INTUIRE RAPIDAMENTE L'ARGOMENTO.

tivare la cosiddetta "pazienza cognitiva": la libertà di prenderci una pausa quando serve, per tornare su una frase che non abbiamo capito fino in fondo o ragionare su un pensiero. Come mai? Perché la carta è uno spazio in cui ritroviamo con facilità le parole. Ma attenzione....».

...prego.

«Mai dimenticare questo principio della neurologia: "Se non lo usi, lo perdi". Vale anche per la pazienza cognitiva: se smettiamo di praticarla, perché ci affidiamo solo a supporti digitali, smarriamo l'abitudine a rallentare anche davanti a un libro».

Dobbiamo abbandonare tablet e smartphone?

«Certo che no. La soluzione, piuttosto, è coltivare un cervello bi-letterato, capace cioè di scegliere il supporto su cui leggere a seconda dei contenuti. Il computer va benissimo per le email. Ma per immergerci in un romanzo o in un saggio, dobbiamo affidarci alle pagine. È una questione di educazione: riprendere in mano i libri serve a mantenere la mente sana. Vale anche per i bambini».